

## COMUNITA' EUCARISTICA MARIANA

Adorazione I venerdì di Novembre

# ...UMILTA' ...

### Canto d'ingresso: Davanti al Re (C 24)

...l'umile coscienza di se'...

*“Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per le vostre anime. Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico è leggero».*

Eccoci qua, signore Gesù, davanti a Te. Ancora una volta oppressi e stanchi dalle prove che la vita ci mette davanti. Ancora una volta a cercare conforto nel Tuo Cuore.

Insieme alle nostre necessità e le nostre sofferenze vogliamo portarti anche le sofferenze e le necessità di tutti coloro che amiamo, di tutta la Comunità, di tutti gli uomini.

Questa sera ti chiediamo in particolare di dare conforto e speranza a tutti coloro ai quali abbiamo causato sofferenza. Ti chiediamo perdono in particolare per le nostre mancanze di umiltà: per le incomprensioni, le parole non dette o dette a sproposito, le divisioni che ne sono conseguite.

Questa sera, prima di chiederti qualcosa, vogliamo chiederti perdono. Insegnaci Tu, che sei mite ed umile di cuore, l'umiltà e la conoscenza di noi stessi.

### ASCOLTIAMO LA PAROLA: (Fil.2,1-5)

Se c'è pertanto qualche consolazione in Cristo, se c'è conforto derivante dalla carità, se c'è qualche comunanza di spirito, se ci sono sentimenti di amore e di compassione, rendete piena la mia gioia con l'unione dei vostri spiriti, con la stessa carità, con i medesimi sentimenti. Non fate nulla per spirito di rivalità o per vanagloria, ma ciascuno di voi, con tutta umiltà, consideri gli altri superiori a se stesso, senza cercare il proprio interesse, ma anche quello degli altri. Abbiate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù.

### PER LA RIFLESSIONE PERSONALE :

Colui che si conosce a fondo sente di valere ben poco in se stesso e non cerca l'approvazione degli uomini. Dinanzi a Dio, il quale mi giudicherà per le mie azioni, che mi gioverebbe se io anche possedessi tutta la scienza del mondo, ma non avessi l'amore?... I molti discorsi non appagano l'anima; invece una vita buona rinfresca la mente e una coscienza pura dà grande fiducia in Dio. Quanto più grande e più profonda è la tua scienza, tanto più severamente sarai giudicato, proprio partendo da essa; a meno che ancor più grande non

sia stata la santità della tua vita. Non volerti gonfiare, dunque, per alcuna arte o scienza, che tu posseda, ma piuttosto abbi timore del sapere che ti è dato....

Se vuoi imparare e conoscere qualcosa, in modo spiritualmente utile, cerca di essere **ignorato** e di essere considerato un nulla. È questo l'insegnamento più profondo e più utile, **conoscersi veramente** e disprezzarsi. Non tenere se stessi in alcun conto e avere sempre buona e alta considerazione degli altri; in questo sta grande sapienza e perfezione. Anche se tu vedessi un altro cadere manifestamente in peccato, o commettere alcunché di grave, pur tuttavia non dovresti crederti migliore di lui; infatti non sai per quanto tempo tu possa persistere nel bene. Tutti siamo fragili; ma **tu non devi ritenere nessuno più fragile di te.**

(dall'Imitazione di Cristo)

## **Canto: Custodiscimi (C18)**

### **Adorazione personale e preghiere spontanee**

..essere umili per servire i fratelli..

ASCOLTIAMO LA PAROLA: (1 Pt.5,5-11)

Rivestitevi tutti di umiltà gli uni verso gli altri, perché Dio resiste ai superbi, ma dá grazia agli umili. Umiliatevi dunque sotto la potente mano di Dio, perché vi esalti al tempo opportuno, gettando in lui ogni vostra preoccupazione, perché egli ha cura di voi. Siate temperanti, vigilate. Il vostro nemico, il diavolo, come leone ruggente va in giro, cercando chi divorare. Resistetegli saldi nella fede, sapendo che i vostri fratelli sparsi per il mondo subiscono le stesse sofferenze di voi. E il Dio di ogni grazia, il quale vi ha chiamati alla sua gloria eterna in Cristo, egli stesso vi ristabilirà, dopo una breve sofferenza vi confermerà e vi renderà forti e saldi. A lui la potenza nei secoli. Amen!

### **PREGHIAMO INSIEME:**

Signore Gesù,

tu che non hai risposto nulla a chi ti accusava, donaci il discernimento delle nostre parole, perché ci rendiamo conto che "ciò che esce dalla bocca proviene dal cuore.".....

**DONACI LA SAPIENZA DEL CUORE!**

Signore Gesù,

tu che ti sei lasciato inchiodare ad una croce, fà che ogni nostro gesto sia un segno del tuo immenso amore per coloro che ci fai incontrare sul nostro cammino.....

**DONACI LA SAPIENZA DEL CUORE!**

**Preghiere personali....**

**LITANIE DEL CUORE DI GESU'**

**Canto finale: Nada Te turbe**